

BAB II

DESKRIPSI OBYEK PENELITIAN

A. Satu Persen Life School

Satu Persen Life School adalah sebuah startup memberikan informasi dan pengetahuan penting agar bisa hidup seutuhnya. Pengetahuan yang diberikan berkaitan dengan pengembangan diri sampai dengan membahas isu kesehatan mental. Satu Persen Life School ini berawal dari youtube pribadi milik founder Satu Persen yaitu Ifandi Khainur Rahim pada tahun 2018. Awalnya pada youtube pribadinya, Ifandi membahas tentang banyak hal mulai dari *mental health*, filsafat, *self development*, sampai dengan pendidikan. Namun, Evan (Ifandi), Rizky, dan Vicky merasa bahwa Satu Persen ini tidak cukup hanya menjadi sebuah channel youtube. Mereka memiliki keresahan yang sama yaitu terkait pendidikan, *self development*, dan *mental health*. Mereka bertekad untuk menjadikan Satu Persen menjadi lebih besar, maka dari itu mereka menjadikan Satu Persen menjadi sebuah startup. Tujuan dari Satu Persen Life School ini adalah untuk membuat semua orang lebih berdaya. Berdaya yang dimaksud oleh founder satu persen adalah memiliki *identity aware*, *active problem solver*, dan *growth mindset*. Satu Persen Life School memberikan pelayanan berupa konsultasi dan mentoring, kelas online, *mental health training*, sampai dengan *youtube membership*. Saat ini sudah memiliki total 35.000 sesi konseling dan mentoring serta sudah bekerjasama dengan lebih dari 40 mentor dan psikolog. Lalu pada bulan Juni 2023 akun youtube Satu Persen Life School sudah memiliki 2,89 juta *subscriber* serta ada beberapa video yang sudah ditonton hampir 1 juta kali. Sebagian besar video yang diunggah oleh Satu Persen memiliki pencapaian (*engagement*) yang bagus, pasti menyentuh angka ribuan dan

kebanyakan sudah di atas 50 ribu kali ditonton. Sampai saat ini Satu Persen Life School sudah bersama dengan 100 ribu lebih orang yang menuju #HidupSeutuhnya.

GAMBAR 2. 1
Website Satu Persen Life School



Sumber: Channel Youtube Satu Persen (2023)

B. Subscribers dan Konten Youtube Satu Persen Life School

Pada bulan Juni 2023 satu persen life school sudah mengupload 905 video dengan jumlah *subscribers* sebanyak 2,89 juta. *Subscribers* satu persen termasuk obyek karena penelitian ini memang ingin melihat pengaruh dari media terhadap khalayak. Jadi *subscribers* satu persen dan menonton konten satu persen adalah objek dari penelitian ini.

Dari semua konten satu persen tersebut, peneliti memilih 10 konten yang dijadikan acuan untuk mengidentifikasi cara menjaga kesehatan mental menurut satu persen. Konten tersebut adalah konten tanggal 3 Januari, 22 Januari, 27 Januari, 20 Februari, 2 Maret, 9 Maret, dan 20 Maret. Konten tersebut dipilih karena konten-konten tersebut merupakan yang terbaru saat peneliti menyusun penelitian ini. Selain itu jumlah *views* yang dicapai pada konten tersebut cukup banyak.

GAMBAR 2. 2
Youtube Satu Persen Life School



Sumber: Channel Youtube Satu Persen (2023)

Isi pesan dari konten tanggal 3 Januari yaitu untuk melawan rasa malas. Konten ini membahas tentang orang yang pemalas tetapi memiliki otak jenius. Tapi tidak berarti orang yang bermalas-malas itu jenius. Orang yang merasa malas sepanjang waktu dan sering menunda pekerjaan bisa jadi tanda orang yang mentalnya kurang sehat. Jadi saran dari satu persen adalah untuk melawan rasa malas tersebut dengan cara memaksakan diri agar melakukan suatu kegiatan.

GAMBAR 2. 3
Konten tanggal 3 Januari 2023



Sumber: Channel Youtube Satu Persen (2023)

Isi pesan dari konten tanggal 22 Januari 2023 adalah agar kita mencari seseorang yang bisa kita jadikan *support system* dan menghindari hubungan yang *toxic*. *Support System* itu bisa jadi keluarga, teman, atau siapapun yang dapat

memberikan dukungan dan saran atas masalah yang sedang dihadapi. Kemudian hubungan yang *toxic* adalah hubungan yang malah menimbulkan masalah kepada diri sendiri. Jika merasa hubungan sudah tidak sehat, maka kita harus berani untuk meminimalisir interaksi dengan hubungan tersebut. Selain itu kita disarankan untuk menyusun *life planning*.

GAMBAR 2. 4
Konten 22 Januari 2023



Sumber: Channel Youtube Satu Persen (2023)

Isi pesan dari konten 27 Januari 2023 adalah agar kita berhenti membandingkan diri dengan orang lain di media sosial karena bisa memicu social anxiety. Kita juga diajak untuk belajar dan mencari pengetahuan tentang mental health agar bisa membentuk *mindset* yang benar sehingga tidak mudah mengalami kecemasan sosial. Kemudian kita disarankan untuk mencari cara untuk meluapkan pikiran kita saat *overthinking*, bisa dengan menulis atau bercerita dengan *support system* kita.

GAMBAR 2. 5

Konten tanggal 27 Januari 2023



SUSAH NGOBROL KARENA PEMALU? Cara Mengatasi Kecemasan Sosial | Satu Insight Episode 49

277 rb x ditonton • 5 bulan yang lalu

Satu Persen - Indonesian Life School

Apa sih perbedaan orang pemalu sama orang yang mengalami kecemasan social? Gimana sih cara pede ngobrol dan asik?



Prolog | Part 1 - Menderita Karena Kecemasan Sosial | Part 2 - Mengapa Seseorang Bisa Mengalami... 5 segmen

Sumber: Channel Youtube Satu Persen (2023)

Kemudian konten tanggal 20 Februari membahas tentang cara agar kita tidak terlalu peduli dengan omongan orang lain. Isi pesan dalam konten ini yaitu jangan takut untuk tidak disukai oleh orang lain. Karena kita tidak bisa membuat semua orang suka dengan kita. Berusaha agar disukai oleh semua orang bisa menyebabkan mental menjadi kurang sehat menurut satu persen. Selain itu isi kita juga diajak untuk belajar *probabilistic thinking* (melihat sesuatu dari konteksnya). Jadi mindset yang kita miliki itu adalah “benar belum tentu salah, salah bisa jadi benar”, semua itu tergantung konteksnya.

GAMBAR 2. 6

Konten 20 Februari 2023



Jangan Takut Dibenci Orang Lain.

1 jt x ditonton • 4 bulan yang lalu

Satu Persen - Indonesian Life School

Kenapa sih orang Indo senang banget gosip, julid, dan nyinyirin kehidupan orang? Apakah salah kalau kita hidup ses...



Prolog | Part 1 - Pemikiran Biner | Part 2 - Kenapa Manusia Suka Berpikiran Biner? | Part 3 - Seni &...

Sumber: Channel Youtube Satu Persen (2023)

Lalu isi pesan dalam konten tanggal 2 Maret yaitu kenali diri sendiri dengan mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan kita. Selain itu konten ini juga memberikan saran bagaimana caranya untuk mengatasi *overthinking*, yaitu dengan cara menulis atau bercerita dengan orang lain.

GAMBAR 2. 7
Konten 2 Maret 2023



Sumber: Channel Youtube Satu Persen (2023)

Kemudian Isi konten tanggal 9 maret adalah agar kita tidak bergantung kepada orang lain. Kita harus bangkit dari mental pasrah dan fokus pada sesuatu yang dapat kita control. Jangan sampai kita lebih fokus pada sesuatu yang tidak bisa kita kontrol. Selain itu dalam konten ini kita diajak juga untuk belajar literasi finansial. Karena hal tersebut dapat membuat kita bertahan di masa kapitalisme ini. Sekaligus kita bisa menjadi lebih bahagia jika kita tidak kekurangan dalam hal finansial, yang pada akhirnya membuat mental kita lebih sehat.

GAMBAR 2. 8
Konten 9 Maret 2023



Sumber: Channel Youtube Satu Persen (2023)

Isi pesan konten 20 Maret yaitu untuk tidak menganggap hidup kita hanya tentang kesuksesan. Jadi tidak sukses bukan berarti kita orang yang gagal. Selain itu kita juga diajak untuk bisa mengatur ekspektasi kita terhadap sesuatu. Kita bisa

menjadi orang yang optimis, tetapi juga realistis. Menyesuaikan kemampuan yang kita miliki dengan ekspektasi yang kita buat. Jangan berekspektasi terlalu tinggi.

GAMBAR 2. 9
Konten 20 Maret 2023



Sumber: Channel Youtube Satu Persen (2023)

